Պատկերացրե՛ք, որ ձեր աշխատողների տաս տոկոսը այնքան հիվանդ են, որ ի վիճակի չեն գալ գործի: Պատկերացրեք, որ ընդհանուր առմամբ ձեր աշխատուժի քառորդը կարող է բացակայել երեքից չորս ամիս: Պատկերացրե՛ք, որ այլ ձեռնարկություններ, որոնցից դուք կախված եք, նույն դժվարություններով են անցնում՝ հանդիպելով նույն զանգվածային բացակայությունների խնդրին:

Որքան էլ սա անհավատալի է, նման բան կարող է պատահել, իսկ առողջապահության ոլորտի որոշ պաշտոնյաներ ասում են, որ դա անխուսափելի է: Եվ պատճառը՝ համաճարակային գրիպն է:

Յուրաքանչյուր ձմեռ, գրիպը խլում է մոտ 36,000-40,000 ամերիկացու կյանք, հոսպիտալացման են ենթարկվում ավելի քան 200 հազարը, և դա ԱՄՆ տնտեսության վրա նստում է ավելի քան $10 միլիարդ՝ կորած արտադրողականության և անմիջական բուժական ծախսերի հաշվին:

Որքան էլ դա սարսափելի է հնչում, առողջապահության մասնագետներն այժմ զգուշացնում են շատ ավելի մահացու գրիպի մասին՝ «համաճարակային գրիպի», որի արդյունքում ԱՄՆ-ում կարող է մահանալ ավելի քան կես միլիոն մարդ, հոսպիտալացվել երկու միլիոնից ավելին, և դա մեր տնտեսության վրա կնստի $70-$160 միլիարդ:

Համաճարակային գրիպը արագորեն կտարածվի հեշտությամբ փոխանցվելով մարդուց մարդ և ախտահարելով տարիքային բոլոր խմբերին: Վարակվածների մեծ տոկոսի մոտ այն կառաջացնի հիվանդություն: Առողջապահության ոլորտի պաշտոնյաները հատկապես մտահոգված են H5N1 «թռչնի գրիպի» վիրուսով, որը կարող է վերափոխվել նոր մի տեսակի, որի դեմ մարդիկ չեն ունենա բնական իմունիտետ: Միջազգային առողջապահական կազմակերպությունը (WHO) ասում է, որ թռչնի գրիպի համաճարակը կարող է վարակել ամբողջ աշխարհի բնակչության 25-30 տոկոսը:

Այդ աստիճան վնասելով բնակչությանը և աշխատուժին, համաճարակային գրիպը կարող է խափանել ձեր բիզնեսը և նույնիսկ ստիպել, որ այն որոշ ժամանակով փակվի:

Այս բրոշյուրը կօգնի ձեզ և ձեր բիզնեսին՝

- Նախապատրաստվել գրիպի համաճարակին՝ բիզնեսի անխափանությունն ապահովելու նպատակով:
- Օգնել պաշտպանել ձեր աշխատողների առողջությունը:
- Համագործակցել առողջապահության ոլորտի պաշտոնյաների հետ վնասը նվազագույնի հասցնելու համար:

Լրացուցիչ տեղեկություններ կարող եք ստանալ՝

www.lapublichealth.org	Լոս Անջելոսի գավառի հասարակական առողջապահության բաժին
www.dhs.ca.gov	Կալիֆորնիայի Առողջապահական ծառայությունների բաժին
www.cdc.gov.	ԱՄՆ հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոններ
www.pandemicflu.gov	ԱՄՆ Առողջապահության և ծառայությունների նախարարություն
www.who.org	Համաշխարհային առողջապահական կազմակերպություն
www.redcross.org	Ամերիկյան Կարմիր խաչ

Trust for America's Health
WWW.HEALTHYAMERICANS.ORG

Հատուկ շնորհակալություն «Trust for America's Health» կազմակերպությանը այս բրոշյուրի պատրաստման համար:

Պաշտպանել աշխատողների առողջությունը

Գրիպի պատճառ են հանդիսանում վիրուսները, որ ախտահարում են քիթը, կոկորդը և թոքերը և սովորաբար մարդուց մարդ են փոխանցվում, երբ վարակված անձը հազում է կամ փռշտում: Արդյունավետ պատվաստանյութը, եթե այդպիսին կա, լավագույն պաշտպանն է համաճարակային գրիպի դեմ: Բացի այդ կարող են օգտակար լինել նաև հետևյալ պարզ, խելամիտ զգուշացումները: Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների կողմից առաջարկվող այս զգուշացումները հարկավոր է հասցնել աշխատողներին և փակցնել լավ երևացող տեղերում:

- Հաճախ լվացեք ձեր ձեռքերը՝ ձեզ և ուրիշներին մանրէներից պաշտպանելու համար: Եթե օճառը կամ ջուրը մատչելի չեն, օգտվեք սպիրտային հիմքի վրա անձեռոցիկներից կամ ձեռքի լվացման հեղուկ միջոցներից:
- Խուսափեք աչքերը, քիթը կամ բերանը ձեռք տալուց: Մանրէները հաճախ տարածվում են, երբ մարդ դիպչում է մանրէներով ախտահարված մի բանի, ապա ձեռքը տանում աչքերին, քթին կամ բերանին:
- Հազալուց կամ փռշտալուց քիթը և բերանը փակեք թաշկինակով: Եթե թաշկինակ չունեք, հազացեք և փռշտացեք թևքի մեջ, այլ ոչ թե ձեռքերի: Օգնեք ձեր շրջապատին կանխել հիվանդությունը:
- Խուսափեք հիվանդ մարդկանց հետ սերտ շփումից: Եթե դուք եք հիվանդ, աշխատեք մնալ մարդկանցից հեռու նրանց չվարակելու համար:
- Եթե հիվանդ եք կամ գրիպի նախանշաններ ունեք, մնացեք տանը և հնարավորինս՝ մարդկանցից հեռու, որպեսզի պաշտպանեք նրանց վարակից: Բավականաչափ հանգիստ ստացեք և հարկ եղած դեպքում խորհրդակցեք ձեր բժշկի հետ:
- Առողջարար այլ սովորություններ ձեռք բերեք: Շատ քնեք, ամեն օր ֆիզիկական վարժություններ կատարեք, խուսափեք սթրեսից, շատ հեղուկ խմեք, ճիշտ սնվեք և խուսափեք ծխելուց, ինչը կարող է ավելացնել լուրջ հետևանքների հավանականությունը, եթե գրիպով հիվանդանաք:

www.lapublichealth.org

This publication was supported by Grant/ Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.

PHA4.2006 - ARMENIAN

Սա սովորական գրիպ չէ

Ինչ կարող է նշանակել
համաճարակային գրիպը
ձեր բիզնեսի համար

County of Los Angeles
Public Health

Սեզոնային գրիպի և համաճարակային գրիպի հիմնական տարբերությունները

Սեզոնային գրիպ	Համաճարակային գրիպ
Տեղի է ունենում ամեն տարի ձմռան ամիսների ընթացքում:	Անցած դարի ընթացքում տեղի է ունեցել երեք անգամ (1918, 1957, 1968 թթ.) և կարող է պատահել տարվա ցանկացած եղանակին: Կարող է վրա հասել «ալիքներով», որոնք հնարավոր է առանձնացնել ըստ գրիպի ակտիվության ամիսների:
Ախտահարում է ԱՄՆ բնակչության 5-20 տոկոսը:	Փորձագետների կանխատեսումներով վարակը կընդգրկի բնակչության 25-50 տոկոսը, կախված վիրուսի տեսակից:
Մարդկանց մեծ մասը ապաքինվում է մեկ, երկու շաբաթների ընթացքում:	Հիվանդությունը սովորաբար ավելի ծանր է ընթանում, իսկ հետևաբար նաև ավելի բարձր է մահացության վտանգը:
Մահացությունը սովորաբար սահմանափակվում է ռիսկային խմբերով, ինչպիսիք են տարեց մարդիկ (65 տարեկանից բարձր); փոքր երեխաները (6-23 ամսական); մարդիկ, որ տառապում են խրոնիկ հիվանդություններով, ինչպիսին են թոքերի հիվանդությունները, շաքարախտը, քաղցկեղը, երիկամների կամ սրտի հետ կապված խնդիրները, ինչպես նաև թույլ իմունային համակարգով մարդիկ:	Վտանգմի տակ կարող են հայտնվել տարիքային բոլոր խմբերը, այլ ոչ միայն «բարձր ռիսկի» խմբերը: Լավ մարզված համարվող մեծահասակները կարող են նույնիսկ համեմատաբար ավելի մեծ վտանգի տակ հայտնվել, ինչպես ցույց տվեց նախկին համաճարակների պատկերը: Օրինակ, 1918 թ. համաճարակը անհամաչափ կերպով ախտահարեց մինչև 35 տարեկան մեծահասակներին (ԱՄՆ աշխատուժի հիմնական զանգվածը):
Պատվաստումը կարող է արդյունավետ լինել, քանի որ ամեն ձմեռ շրջանառության մեջ գտնվող վիրուսի տեսակը կարելի է բավական ստույգ կանխատեսել:	Համաճարակային գրիպի դեմ պատվաստանյութը կարող է մատչելի չլինել համաճարակի սկզբում: Հարկավոր է ճշգրտորեն բացահայտել վիրուսի նոր տեսակը, իսկ արդյունավետ պատվաստանյութի արտադրումը կարող է տևել մոտ վեց ամիս:
Հակավիրուսային դեղամիջոցները սովորաբար մատչելի են բոլոր նրանց համար, ովքեր լուրջ հիվանդության վտանգի տակ են:	Հակավիրուսային դեղամիջոցները կարող են սահմանափակ քանակով լինել, իսկ դրանց արդյունավետությունը կարող է հայտնի դառնալ միայն այն ժամանակ, երբ համաճարակը արդեն ընթացքի մեջ լինի:

Լոս Անջելոսի գավառի հասարակական Առողջապահության բաժնի դերը

Համաճարակը շատ բան կարող է փոխել: Համաճարակի ընթացքում Առողջապահության բաժինը պատասխանատու է լինելու առողջապահական հրամանագրեր (կարգադրություններ) հրապարակելու համար: Կարևոր է անընդհատ հետևել այդ նորություններին և խորհուրդներին, թե ինչպես կարելի է խուսափել վարակից:

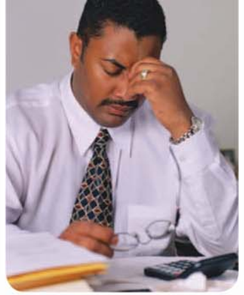
Հավելյալ տեղեկությունների համար զանգահարեք Լոս Անջելոսի վարչատարածքի Առողջապահության բաժին՝ (800) 427-8700 կամ այցելեք www.lapublichealth.org ինտերնետային կայքը:

Ի՞նչ անել համաճարակի բռնկման դեպքում

Եթե գրիպի համաճարակ բռնկվի, առողջապահության ոլորտի պետական պաշտոնյաները տեղեկատվություն և զգուշացումներ կհրապարակեն և կաշխատեն լրատվամիջոցների հետ՝ խորհուրդներ տարածելով այն մասին, թե ինչպես կարելի է խուսափել վարակից: Ձեր ընկերության ղեկավարները, կադրերի բաժինը և աշխատակիցները պետք է ուշադրությամբ հետևեն Լոս Անջելոսի վարչատարածքի հասարակական Առողջապահության բաժնի (www.lapublichealth.org) և Կալիֆորնիայի առողջապահական ծառայությունների բաժնի (www.dhs.ca.gov), ինչպես նաև ԱՄՆ հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման կենտրոնների (www.cdc.gov) կողմից տրամադրվող ցուցումներին: Առողջապահության հետ կապված արտակարգ իրավիճակների հարցում աջակցություն տրամադրող այլ կազմակերպությունների թվում են Ամերիկյան կարմիր խաչը (www.redcross.org) և Միջազգային առողջապահական կազմակերպությունը (www.who.org):

Վատթարագույն տարբերակով բիզնեսի սովորական ընթացքը կարող է կանգ առնել: Առողջապահության ոլորտի պաշտոնյաները կարող են ծայրահեղ միջոցներ ձեռնարկել, ընդհուպ մինչև փակել հանրության հետ սերտ շփում ունեցող որոշ ձեռնարկություններ, ինչպիսիք են ռեստորանները և թատրոնները: Առողջապահության պաշտոնյաները կարող են նաև սահմանափակել ճամփորդությունները, չեղյալ համարել հանրային միջոցառումները, այդ թվում համերգներն ու սպորտային մրցումները, փակել դպրոցները:

Խուսափե՛ք հիվանդ մարդկանց հետ սերտ շփումից: Եթե դուք հիվանդ եք, հեռու մնացեք մարդկանցից, որպեսզի պաշտպանեք նրանց վարակվելու վտանգից:



Եթե հիվանդ եք կամ գրիպի նախանշաններ ունեք, մնացեք տանը: Լավ հանգստացեք և հարկ եղած դեպքում խորհրդակցեք ձեր բժշկի հետ:

Եթե ցանկանում եք, որ ձեր բիզնեսը շարունակի գործել, պլանավորեք արդեն այսօր

«Բիզնեսի անխափանություն» նշանակում է բնական աղետի, տեխնոլոգիական վթարի, մարդկային սխալի կամ այլ ընդհատման պայմաններում բիզնեսի հիմնական գործառույթների երաշխավորում: Վերջին ժամանակներում բիզնեսի անխափանության ապահովումը ենթադրում է նաև նախապատրաստում կենսաբանական, քիմիական կամ միջուկային ահաբեկչության դեմ:

Բիզնեսի անխափանության համար նախատեսված շատ ծրագրեր նկատի են առնում այնպիսի աղետալի իրավիճակներ, ինչպիսիք են հրդեհները, երկրաշարժերը, ջրհեղեղները: Այս իրավիճակները սահմանափակվում են որոշակի աշխարհագրական վայրով, իսկ դրանց ժամկետները բավական հստակ են և կարճատև: Այնինչ համաճարակային գրիպը անխափանության բոլորովին այլ հանգամանքներ է ենթադրում, քանի որ դրա աշխարհագրական տարածումը շատ ընդարձակ է և այն հավասարաչափորեն կարտահայտվի ալիքներով, որ կարող են տևել մի քանի ամիս:

Կախված գրիպի տեսակից և հիմնվելով նախորդ համաճարակների փորձի վրա, առողջապահության մասնագետները կանխատեսում են, որ բացակայողների միջին քանակը երեքից չորս ամիսների ընթացքում կկազմի 25-30 տոկոս: Բացակայողների թվում են լինելու հիվանդ աշխատակիցները և նրանք, ովքեր պետք է հոգ տանեն հիվանդներին: Վախի գործոնը նույնպես կագդի բացակայությունների քանակի վրա:

ԱՄՆ Առողջապահության և ծառայությունների նախարարության կողմից ընտանիքների և անհատների համար կազմած առավել ամբողջական համաճարակային պլանավորման ցանկը կարելի է գտնել www.pandemicflu.gov ինտերնետային հասցեով

Ինչ քայլեր կարող է ձերնարկել ձեր բիզնեսը

Ահա թե ինչ կարող եք անել արդեն այսօր ձեր բիզնեսի անխափանությունը պահպանելու համար: Հիշեք, որ շատ ռազմավարությունների իրականացման համար ժամանակ է անհրաժեշտ:

- Ճշտեք, թե արդյոք վթարային առկա ծրագրերը կիրառելի են համաճարակի դեպքում:
- Մասնավորապես ճշտեք, թե կարող են արդյոք բիզնեսի հիմնական գործառույթները պահպանվել մի քանի շաբաթվա ընթացքում:
- Համապատասխան պլաններ կազմեք այն դեպքերի համար, եթե կանգ առնեն առավել կարևոր և պետական այնպիսի ծառայությունները, ինչպիսիք են կոյուղին, ջրամատակարարումը, էլեկտրամատակարարումը և սննդի պաշարների մատակարարումը:
- Որոշեք, թե որոնք են ձեր ընկերության առավել կարևոր գործառույթները և ովքեր են դրանք իրականացնող անձինք: Այդ մարդկանց բացակայությունը կարող է լրջորեն վնասել ձեր բիզնեսի անխափանությանը: Բավականաչափ թվով աշխատակիցներ պատրաստեք՝ երաշխավորելով, որ այդ աշխատանքը կատարվի նույնիսկ 25-30 տոկոս բացակայությունների դեպքում:
- Առողջ աշխատանքային մթնոլորտ ստեղծեք՝ ապահովելով պատշաճ օդափոխությունը և փակցնելով պաստառներ, որ կներկայացնեն, թե ինչպես կարելի է կասեցնել մանրէների տարածումը աշխատավայրում: Խթանեք ձեռքերի և շնչառական օրգանների հիգիենան: Սպիրտային հիմքի վրա ձեռքի լվացման միջոցներ ապահովեք:
- Որոշեք, թե դրսի հետ կապված ի՞նչ գործողություններ են անհրաժեշտ գործառույթները պահպանելու համար և այլընտրանքային տարբերակներ մշակեք, եթե դրանք չեն կարող նորմալ իրականացվել: Օրինակ, տրանսպորտային ի՞նչ համակարգ է անհրաժեշտ կարևոր նյութերը մատակարարելու համար: Արդյո՞ք բիզնեսը գործում է ճիշտ ժամանակին մատակարարվող ապրանքների հաշվին, թե՞ գոյություն ունի որոշակի ռեզերվ:
- Սահմանել աշխատակարգ, ըստ որի աշխատակիցները հնարավորություն կստանան աշխատանքը կատարել տնից՝ ապահովելով նրանց մուտքը դեպի ցանցային ծրագրերը և համապատասխան անվտանգությունը:
- Ընդարձակել օնլայն և ինքնասպասարկման տարբերակները հաճախորդների և գործընկերների համար:
- Հայտնեք աշխատողներին համաճարակային գրիպի սպառնալիքի և այն մասին, թե ինչ քայլեր է ձեռնարկում ընկերությունը դրան նախապատրաստվելու համար: Արտակարգ իրավիճակներում աշխատողներն առավել հակված են լսելու իրենց գործատուին, այնպես որ հստակ և հաճախակի հաղորդակցությունը նրանց հետ անհրաժեշտ է:
- Վերանայեք հիվանդության պատճառով արձակուրդների, ընտանեկան և բժշկական պատճառով տրվող ազատ օրերի քաղաքականությունը և զրուցեք աշխատողների հետ այն մասին, որ հիվանդության դեպքում պետք է հեռու մնալ աշխատավայրից: Կորած աշխատավարձի մասին մտահոգությունը՝ հիմնական խոչընդոտն է ինքնամեկուսացման և կարանտինի պահպանման ճանապարհին: